

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ"

МЕНЮ
Верещагин А.А. Лагерь дневного пребывания 2026

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: ЛДП 2026

Неделя:

День: воскресенье
1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
209	Каша пшеничная молочная жидкая 200/5	205	7,4	8	36,5	241
1,32	Фрукт 200	200	0,09	2	19	112
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
5	Хлеб пшеничный витамин.40	40	3	0,4	19,2	92,4
Итого за Завтрак			10,59	10,43	83,8	470,4
Обед						
14	Салат из свежих огурцов 60	60	0,5	2,7	1,8	33
57	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/5	255	1,75	5,62	8,5	95
1,23	Каша гречневая с куриным филе 150	150	24,28	6,31	98,7	530,5
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
6	Хлеб ржано-пшеничный 40	40	2,76	0,48	17,28	85,6
Итого за Обед			29,39	15,14	135,38	769,1
Итого за день			39,98	25,57	219,18	1239,5